

# Anfängerkurs Karatezentrum Borna e.V.



**André Thormeyer 3. Dan**  
**Sylvia Thies 3. Dan**



## – 4 x kostenloses Probetraining –

Karate ist ...  
Beweglichkeit, Schnelligkeit, Ausdauer,  
Körperbeherrschung, Selbstbeherrschung, Höflichkeit und  
Respekt gegenüber dem Trainingspartner, die Vermittlung  
von Disziplin und der japanischen Tradition

## – ...aber vor allem Spaß an einer sportlichen Herausforderung –

Einstieg:

**04.03.2026 bis 13.03.2026**  
(keine Voranmeldung notwendig)

Wo:

**Glück-Auf-Sporthalle**  
**Gerhart-Hauptmann-Straße 1a**  
**04552 Borna**



Trainingszeiten:

**Mittwoch:**  
**17:00 Uhr bis 18:30 Uhr**  
(ab 6 Jahre bzw. Vorschulalter bis 10 Jahre)

**18:00 Uhr bis 19:30 Uhr**  
(ab 11 Jahre, Jugendliche und Erwachsene sowie Wiedereinsteiger)

**Freitag:**

**17:00 Uhr bis 18:30 Uhr**  
(ab 6 Jahre bzw. Vorschulalter bis 10 Jahre)

**18:00 Uhr bis 19.30 Uhr**  
(ab 11 Jahre, Jugendliche und Erwachsene sowie Wiedereinsteiger)

Wie:

Bequeme Sportkleidung, Schuhe werden nicht gebraucht,  
denn wir trainieren barfuß ☺

Bei Rückfragen:

Telefon: 01520/7285013 (Sylvia Thies)  
E-Mail: [karatezentrum-borna@gmx.de](mailto:karatezentrum-borna@gmx.de)  
Website: [karatezentrum-borna.de](http://karatezentrum-borna.de)  
Facebook: Karatezentrum Borna

